



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN
RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENURUNKAN NYERI
DI IGD RS. BHAYANGKARA TK. 1 PUSDOKKES POLRI**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

NUR ALFIDAH REZAFAR

2410721089

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2025**



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN
RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENURUNKAN NYERI
DI IGD RS. BHAYANGKARA TK. 1 PUSDOKKES POLRI**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners

NUR ALFIDAH REZAFAR

2410721089

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Ners ini adalah karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Nur Alfidah Rezafar

NIM : 2410721089

Tanggal : 20 Mei 2025

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku

Jakarta, 20 Mei 2025

Yang Menyatakan,



Nur Alfidah Rezafar

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIA UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIA UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nur Alfidah Rezafar
NIM : 2410721089
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: “Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Untuk Menurunkan Nyeri Di IGD RS. Bhayangkara Tk. 1 PUSDOKKES POLRI”.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, mempublikasikan KIAN saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Jakarta

Pada tanggal: 20 Mei 2025

Yang menyatakan,



(Nur Alfidah Rezafar)

PENGESAHAN

PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh:

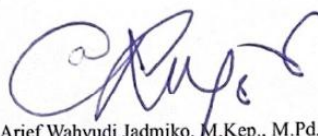
Nama : Nur Alfidah Rezafar

NIM : 2410721089

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Judul Karya Ilmiah : Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Untuk Mengurangi Nyeri Di IGD RS. BHAYANGKARA TK. 1 PUSDOKKES POLRI

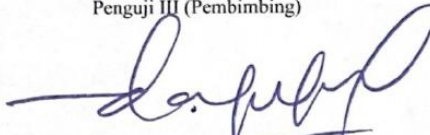
Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.


Dr. Arief Wahyudi Jadmiko, M.Kep., M.Pd.Ked
Ketua Penguji


Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S
Penguji II

Desmawati, S.Kp., M.Kep., Sp.Kep.Mat., Ph.D.
Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta


Ns. Diah Tika Anggraeni, S.Kep., M.Kep.
Penguji III (Pembimbing)


Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S.
Koordinator Program Studi
Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Seminar : 20 Mei 2025

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENURUNKAN NYERI DI IGD RS. BHAYANGKARA TK. 1 PUSDOKKES POLRI

Nur Alfidah Rezafar

Abstrak

Hipertensi merupakan masalah yang signifikan ketika pasien datang ke Instalasi Gawat Darurat (IGD) dengan tekanan darah yang sangat tinggi. Data WHO tahun 2023 menunjukkan sekitar 51,3 juta orang dewasa berusia 30-79 tahun di Indonesia mengalami hipertensi. Tujuan dari penelitian ini yakni untuk menganalisis asuhan keperawatan dengan melakukan intervensi relaksasi nafas dalam untuk menurunkan nyeri. Penelitian ini melibatkan dua pasien dengan tekanan darah tinggi yang mengalami nyeri. Teknik relaksasi nafas dalam ini dilakukan sebanyak 1 kali selama 6 menit setelah pasien mendapatkan terapi farmakologi anti hipertensi di IGD. Hasil dari penelitian ini terdapat penurunan tekanan darah pada kedua pasien dan hasil subjektif pasien merasa rileks. Peneliti merekomendasikan pada pelayanan kesehatan khususnya keperawatan diharapkan untuk mengintegrasikan terapi ini sebagai metode non farmakologi tambahan yang dapat diterapkan di fasilitas kesehatan maupun menjadi program rehabilitasi untuk membantu menurunkan tekanan darah dan sebagai terapi relaksasi.

Kata Kunci: Hipertensi, Instalasi Gawat Darurat, Relaksasi Nafas Dalam, Teknik Nafas Dalam

ANALYSIS OF NURSING CARE WITH BREATHING EXERCISE TO REDUCE PAIN IN RS. BHAYANGKARA TK. 1 PUSDOKKES POLRI EMERGENCY DEPARTMENT

Nur Alfidah Rezafar

Abstract

Hypertension is a significant issue when patients came to the emergency department (ED) with extremely high blood pressure. Data from WHO, 2023 indicates that approximately 51.3 million adults aged 30-79 years in Indonesia suffer from hypertension. The aim of this study is to analyze nursing care by implementing the intervention of deep breathing exercise to reduce pain. This study involved two patients with high blood pressure who experienced pain. This relaxing breathing technique was performed once for six minutes after the patients received antihypertensive pharmacological therapy in the Emergency Department. The study results showed a decrease in blood pressure in both patients, and the subjective outcomes are the patients reported feeling relaxed. The researchers recommend that healthcare services, especially nursing, to integrate this therapy as a complementary non-pharmacological intervention that can be implemented in healthcare facilities or as a rehabilitation program to help reduce blood pressure and promote relaxation.

Keywords: *Deep Breathing Exercise, Deep Breathing Relaxation, Deep Breathing Techniques, Emergency Department, Emergency Room, Hypertension*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada kehadiran Allah SWT karena berkat rahmat serta karuniaNya penulis dapat menyelesaikan KIAN dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Untuk Menurunkan Nyeri di IGD RS. BHAYANGKARA TK. 1 PUSDOKKES POLRI” yang ditujukan sebagai syarat menyelesaikan pendidikan profesi Ners jurusan Keperawatan.

Dalam proses pembuatan KIAN ini penulis mendapatkan banyak bantuan, bimbingan, serta dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Ns. Diah Tika Anggraeni, S.Kep., M.Kep selaku dosen pembimbing, bapak Dr. Ns. Arief Wahyudi Jadmiko, M.Kep., M.Pd.Ked dan Ibu Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S selaku dosen penguji I dan II yang telah memberikan bimbingan, waktu, dan ilmu sehingga penyusunan KIAN ini dapat selesai dengan baik dan tepat waktu.

Dengan ketulusan hati, penulis ingin ucapkan terima kasih sedalam-dalamnya kepada Mama Dewi yang selalu mendoakan, memberikan kasih sayang, dan selalu berjuang untuk anak-anaknya, Ayahanda tercinta Alm. Rommy di surga, serta kedua adik Yusuf dan Abrisam. Kepada teman baik dan rekan seperjuangan Ners angkatan 2024, serta sahabat dekat yang selalu ada untuk saling menemani dan membantu selama masa praktik profesi Ners.

Akhir kata, dalam membuat KIAN ini penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, maka penulis menerima segala kritik dan saran.

Jakarta, 20 Mei 2025

Penulis

Nur Alfidah Rezafar

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR SKEMA	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
 BAB I PENDAHULUAN	 1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Tujuan Penulisan.....	4
I.3 Manfaat Penulisan	5
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 6
II.1 Konsep Hipertensi	6
II.2 Konsep Relaksasi Nafas Dalam.....	19
II.3 Penelitian Terdahulu	22
 BAB III GAMBARAN KASUS	 27
III.1 Kasus Pasien Kelolaan.....	27
III.2 Kasus Pasien Resume	37
 BAB IV PEMBAHASAN.....	 49
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Kasus Terkait...	49
IV.2 Analisis Penerapan <i>Evidence Based Nursing</i>	54
IV.3 Analisis Evaluasi Intervensi Pasien Kelolaan dan Pasien Resume	56
IV.4 Implikasi	59
 BAB V PENUTUP.....	 61
V.1 Kesimpulan.....	61
V.2 Saran	62
 DAFTAR PUSTAKA	 63
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Tabel Klasifikasi Hipertensi	7
Tabel 2.	Penatalaksanaan Farmakologi Obat Anti Hipertensi	17
Tabel 3.	Tabel Penelitian Terdahulu	23
Tabel 4.	Hasil Laboratorium Pasien Kelolaan	30
Tabel 5.	Medikasi Pasien Kelolaan	30
Tabel 6.	Data Fokus Pasien Kelolaan	31
Tabel 7.	Analisa Data Pasien Kelolaan	32
Tabel 8.	Intervensi Pasien Kelolaan	33
Tabel 9.	Implementasi Pasien Kelolaan	34
Tabel 10.	Evaluasi Pasien Kelolaan.....	36
Tabel 11.	Hasil Laboratorium Pasien Resume	40
Tabel 12.	Medikasi Pasien Resume	41
Tabel 13.	Data Fokus Pasien Resume.....	42
Tabel 14.	Analisa Data Pasien Resume	43
Tabel 15.	Intervensi Pasien Resume.....	44
Tabel 16.	Implementasi Pasien Resume	45
Tabel 17.	Evaluasi Pasien Resume	47
Tabel 18.	Tabel Evaluasi Penerapan Relaksasi Nafas Dalam.....	56

DAFTAR SKEMA

Skema 1. Pathway Hipertensi.....	11
Skema 2. Pathway Relaksasi Nafas Dalam	22

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Persetujuan Judul
Lampiran 2	Lembar Persetujuan Pendaftaran Sidang
Lampiran 3	Standar Operasional Prosedur Relaksasi Nafas Dalam
Lampiran 4	Kartu Monitoring Bimbingan KIAN
Lampiran 5	Surat Pernyataan Plagiarisme
Lampiran 6	Hasil Uji Turnitin KIAN